

# فقط برای امروز

## ۹ تیر

### حفظ اساس

«ایمان نویافته ما به عنوان اساس محکمی برای شهامت در آینده عمل می کند.»

کتاب پایه



اساس زندگی ما چیزی است که مابقی زندگی ما بر روی آن بنا شده است. وقتی مصرف می کردیم، این اساس همه کارهایی را که انجام می دادیم، تحت تأثیر قرار می داد. وقتی اهمیت بهبودی برای ما مسلم شد، به تدریج انرژی خود را صرف آن کردیم. در نتیجه، کل زندگی ما تغییر کرد. به منظور حفظ این زندگی جدید، باید اساس آن را حفظ کنیم: برنامه بهبودی خود.

وقتی پاک می مانیم و شیوه زندگی ما تغییر می کند، اولویت های ما نیز تغییر می کند. کار و مدرسه ممکن است به این خاطر اهمیت پیدا کنند که کیفیت زندگی ما را بهبود می بخشند. روابط جدید ممکن است هیجان و پشتیبانی دوجانبه ایجاد کند. اما باید به خاطر بسپاریم برنامه بهبودی ما اساسی است که زندگی جدید ما بر آن بنا شده. هر روز باید میثاق خود با بهبودی را تجدید کنیم و آن را به عنوان بالاترین اولویت خود حفظ کنیم.



فقط برای امروز: می خواهیم به لذت بردن از زندگی جدیدی که در دوران بهبودی پیدا کرده ام، ادامه دهم. امروز، قدم ها را برای حفظ اساس زندگی خود کار می کنم.